

KOUZLO SKRYTÉ

v kapce

Slyšeli jste už o Bachových květových esencích? Vysvětlíme, k čemu jsou a jak účinkují.

Text: **ALENA BARTOŠOVÁ**
Foto: **SHUTTERSTOCK, PROFIMEDIA.CZ**

Hodně lidí si je plete s aromaterapií. Ale „bachovky“ nemají s vůněmi nic společného. Jsou to kapky, které se užívají vnitřně. „Bachovy esence jsou v podstatě informační medicína – vyrábějí se podobně jako homeopatika. To znamená, že v mateřských esencích pak není z fyzické byliny ani kousek, ale spíš její informace nebo energie,“ vysvětluje Monika Nyklíčková, která tuto metodu praktikuje. Postup, který kolem roku 1930 založil anglický lékař Dr. Edward Bach, je čistě přírodní a podle certifikované praktičky Nyklíčkové ho bez jakýchkoli kontraindikací mohou užívat těhotné, kojící, novorozenci i těžce nemocní.

NA STRACH, NERVOZITU I NÍZKÉ SEBEVĚDOMÍ

Společná většině alternativních metod je myšlenka, že za vznik nemocí můžou bloky. V rámci teorie „bachovek“ způsobují bloky negativní emoce, třeba strach, pýcha, žárlivost, nejistota, podrážděnost, nízké sebevědomí. Bachovy kapky působí právě na tyto emoce, čímž pomáhají člověka uvést do harmonie. Holistická



praktička Nyklíčková říká: „Protože člověk nemůže oddělit fyzickou, psychickou a duchovní část, tak přes harmonizaci emocí působí Bachovy kapky i na tělo a jeho stav mohou zlepšit.“

Jak to funguje v praxi? Cítíte-li, že by vám mohly „bachovky“ pomoci, objednáte se k certifikovanému praktikovi. Mimochodem, konzultace se dá provést i po telefonu, Skypu nebo mailu. Odborník s klientem vybere esence, které odpovídají jeho aktuálnímu stavu, a připraví mu je do tzv. užívací lahvičky. Smíchá vždycky maximálně sedm esencí dohromady. (Existuje celkem osmatřicet esencí plus třicátá devátá, které se říká „krizová“. Jako jediná se skládá z pěti květů, ostatní jsou tzv. mono-



komponentní – vždy tedy jen z jedné rostliny nebo stromu.) „Lahvička při standardním dávkování vydrží klientovi asi měsíc,“ vysvětluje Monika Nyklíčková a dodává: „Esence působí pomalu – kromě zmiňované krizové esence, která je na akutní stavy, a pokud se správně nadávkuje, je schopná pomoci i při velmi akutních fyzických a psychických stavech.“

Že se nejedná o žádné placebo, dokazuje třeba to, že kapky velmi dobře zabírají i na novorozence nebo zvířata. V Česku najdete veterinární kliniky, které je běžně používají. ■

alena.bartosova@mfdnes.cz

{ babské rady }

JAK VYZRÁT NA AFTY

**Máte-li víc než čtyři pu-
chýřky, jděte k lékaři.**

**Stejně tak vězí-li v ústech déle
než dva týdny. S jednou nebo
dvěma aftami si ale můžete
poradit doma. Jak?**

- ✓ Jezte hodně cibule. Obsahuje sloučeniny síry s antiseptickými vlastnostmi.
- ✓ Cucejte několikrát během dne hroznové víno.
- ✓ Osvědčilo se i potírání šťávou z čerstvě uříznutého listu aloe vera.
- ✓ Pomůže vám také vitamin C a B komplex, tablety lékořice a celkově imunitní systém posílí echinacea.